

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月 2日(月)		2月 3日(火)		2月 4日(水)		2月 5日(木)		2月 6日(金)		
献立名／食品名		g	献立名／食品名		g	献立名／食品名		g	献立名／食品名	
【ごはん】			【ごはん】			【コッペパン】			【ビビンバ】	
米	91.00		米	91.00		★コッペパン70g	70.00		米	74.00
水	0.00		水	0.00		スライス代	0.00		水	0.00
									牛千切り肉	10.00
【鰯の照り焼き】			【いわしの甘辛揚げ】			【ハンバーグ】			にんにく	20.00
ぶり切身70g	70.00		いわしフィーレ	70.00		1/2絞り豆腐	45.00		根しょうが	10.00
酒	2.50		でんぷん	7.50		豚もも焼肉	50.00		切干しだいごん	5.00
しょうゆ	0.60		揚げ油	3.80		たまねぎ	40.00		ごま油	15.00
根しょうが	1.00		しょうゆ	4.50		生しいたけ	2.00		トウバンジャン	0.65
鉄板油	0.00		さとう	3.50		油	1.00		酒	0.05
みりん	4.90		根しょうが	1.30		★殺菌液卵	8.00		さとう	0.65
さとう	1.40		みりん	4.50		★パン粉	7.00		しょうゆ	1.00
しょうゆ	4.30		水	4.50		★調理用牛乳	4.00		みりん	2.50
でんぷん	0.50		白いりごま	0.70		★スキムミルク	2.00		にんじん	10.00
水	1.80					塩	0.65		豆もやし	25.00
			【けんちん汁】			こしょう	0.03		こまつな	20.00
【旬の大根と人参のサラダ】			豆腐(絹ごし)	20.00		鉄板油	1.00		塩	0.40
きゅうり	20.00		型抜きかまぼこ鬼	5.00		トマトケチャップ	3.00		白いりごま	0.02
にんじん	15.00		油揚げ	13.00		トマトピューレ	3.00		ごま油	2.00
だいごん	35.00		ごぼう	10.00		ウスターソース	2.00			セロリー
ツナ	11.00		にんじん	10.00		さとう	0.05		【ポップビーンズ】	乾燥バジル
塩昆布	1.20		ながねぎ	10.00					大豆	0.10
塩	0.50		さといも	20.00		【ポテトサラダ】			でんぷん	15.00
ごま油	1.50		だいごん	10.00		じゃがいも	40.00		揚げ油	4.00
			こんにゃく短冊	10.00		にんじん	3.00		青のり	3.00
			サラダ油	0.80		きゅうり	5.50		塩	0.15
【生姜とごぼうのみそ汁】			塩	0.50		(冷)むき枝豆	5.50			0.10
根しょうが	0.80		しょうゆ	6.00		★マヨネーズ	8.40		【コーンと卵のスープ】	
豚バラこま肉	5.00		濃縮だし(かつお)	10.00		ツナ	7.00		★卵	20.00
にんじん	15.00		水	100.00		たまねぎ	2.50		たまねぎ	30.00
ごぼう	30.00					酢	0.84		(冷)ホールコーン	10.00
まいたけ	8.00		【土佐和え】			塩	0.45		クリームコーン缶	30.00
ながねぎ	10.00		だいごん	30.00		こしょう	0.02		塩	1.00
豆腐(絹ごし)	25.00		きゅうり	25.00					こしょう	0.02
こまつな	5.00		にんじん	10.00		【わかめと卵のスープ】			だしこんぶ	0.20
サラダ油	1.00		塩	0.20		カットわかめ	0.50		けずり節	4.00
みそ	11.50		しょうゆ	0.90		たけのこ缶	15.00		水	120.00
濃縮だし(かつお)	10.00		根しょうが	0.50		ながねぎ	20.00		でんぷん	0.50
水	105.00		レモン(果汁、生)	0.60		(冷)ホールコーン	10.00			
			かつおぶし粉	0.30		★卵	18.00		【牛乳】	
【牛乳】						塩	1.10		★牛乳	206.00
★牛乳	206.00		【大豆黒糖】			こしょう	0.02			
			煎り大豆	8.00		しょうゆ	1.20			
			黒砂糖	2.20		ごま油	0.50			
			水	1.00						
						けずり節	4.00			
			【牛乳】			水	135.00			
			★牛乳	206.00		白いりごま	1.00			
						でんぷん	1.50			
						【牛乳】				
						★牛乳	206.00			
									【果物(みかん)】	
									みかん	0.00
									【牛乳】	
									★牛乳	206.00

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月 9日(月)		2月10日(火)		2月12日(木)		2月13日(金)		2月16日(月)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【かてめし】		【ご飯】		【はちっこつけ麺】		【ガーリックライス】		【ファンモン★エッグカレー】	
米	80.00	米	91.00	★むし中華めん	150.00	米	85.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00			水	0.00	水	0.00
鶏もも皮なしこま肉	10.00			豚バラ千切肉	20.00	オリーブ油	1.00	鶏もも皮なしこま肉	25.00
にんじん	11.00	【厚焼き卵】		たけのこ缶	8.00	パセリ(乾)	0.05	じゃがいも	40.00
干しいたけ(スライス)	0.80	★殺菌液卵	60.00	根しょうが	0.40	にんにく	0.90	たまねぎ	75.00
焼き竹輪	5.00	鶏もも皮なし挽肉	8.00	ごま油	0.60	塩	0.40	にんじん	20.00
油揚げ	5.00	たまねぎ	30.00	しょうゆ	0.60	こしょう	0.02	にんにく	0.20
根しょうが	1.00	にんじん	10.00	さとう	0.20			根しょうが	0.80
(冷)むき枝豆	5.00	干しいたけ(スライス)	0.30	酒	0.50	【チキンのトマト煮込み】		サラダ油	1.70
みりん	2.00	油	0.50	★なると	10.00	鶏もも皮なし角切り肉	85.00	★薄力粉	9.00
しょうゆ	5.00	さとう	1.10	もやし	20.00	塩	0.20	★バター	4.50
酒	1.20	しょうゆ	1.10	(冷)ホールコーン	8.00	こしょう	0.01	サラダ油	5.00
サラダ油	1.20	塩	0.40	こまつな	15.00	白ワイン	1.00	カレー粉	0.55
白いりごま	1.00	水(だし汁)	5.00	塩	0.70	にんにく	0.20	トマトケチャップ	4.50
		鉄板油	1.00	こしょう	0.02	根しょうが	0.20	ウスターソース	1.00
				しょうゆ	4.00	サラダ油	2.00	中濃ソース	1.70
【桑都焼き】		【ごま和え】		煮干し	3.00	たまねぎ	50.00	塩	1.65
さけ切身70g	70.00			けずり節	3.00	にんじん	20.00	こしょう	0.02
★マヨネーズ	5.00	こまつな	15.00	チンタンスープ	20.00	マッシュルーム	5.00	カレー粉	0.45
西京みそ	3.00	もやし	30.00	水	105.00	じゃがいも	40.00	しょうゆ	1.40
桑の葉粉	0.14	にんじん	7.00	たまねぎ	20.00	バジル(粉)	0.10	水	82.00
酒	0.70	しめじ	4.00			トマトケチャップ	10.00	★うずらの卵	20.00
塩	0.30	油揚げ	5.00	【うずらの卵(3個)】		ホールトマト	20.00		
小判型カップ	0.00	さとう	1.20	★うずらの卵	30.00	中濃ソース	2.50	【バイビーズ太陽サラダ】	
		しょうゆ	2.23	水(だし汁)	10.00	塩	0.60	キャベツ	30.00
【野菜のピリリ漬け】		白つきごま	1.50			こしょう	0.10	(冷)ホールコーン	10.00
キャベツ	15.00	【八王子産米の粕汁】		【さつまフレンチ】		水	18.00	ブロッコリー	20.00
だいこん	30.00			さつまいもフレンチ	90.00			酢	2.00
にんじん	10.00	豚バラこま肉	8.00	揚げ油	4.00	【フレンチサラダ】		サラダ油	2.00
しょうゆ	0.80	ごぼう	12.00	塩	0.20	キャベツ	30.00	さとう	0.65
さとう	0.40	だいこん	20.00			にんじん	10.00	塩	0.65
塩	0.30	にんじん	12.00	【野菜の南蛮漬け】		きゅうり	20.00	こしょう	0.01
一味唐辛子	0.01	ながねぎ	12.00	きゅうり	55.00	(冷)ホールコーン	10.00	にんじん	5.20
酢	0.40	こんにゃく短冊	12.00	ごま油	0.50	酢	2.00	たまねぎ	1.30
ごま油	0.20	油揚げ	6.00	しょうゆ	2.00	オリーブ油	2.50		
白いりごま	0.40	こまつな	10.00	さとう	0.50	さとう	1.30	【桑の都クラフティ】	
		みそ	8.00	塩	0.06	塩	0.50	★卵	8.00
【絹のお吸い物】		しょうゆ	0.60	酢	0.60	からし(粉)	0.05	★調理用牛乳	13.00
ながねぎ	10.00	塩	0.30	一味唐辛子	0.01			さとう	4.00
えのきたけ	10.00	酒かす	3.50			【はちまっこココアカップケーキ】		★生クリーム	10.00
にんじん	10.00	だしこんぶ	0.20	【牛乳】		★薄力粉	10.00	コーンスターチ	1.00
豆腐(絹ごし)	20.00	けずり節	4.00	★牛乳	206.00	米粉	3.00	桑の葉(粉)	0.20
★そうめん	2.00	水	120.00			ビュアココア	1.00	黄桃缶	40.00
冷凍白玉団子(上新粉)	30.00	【莖わかめのにんにく炒め】				ベーキングパウダー	0.50	浅押し小判型カップ	0.00
カットわかめ	0.30					さとう	8.00		
しょうゆ	1.50	くきわかめ	15.00			★卵	6.00	【牛乳】	
塩	0.80	ちりめんじゃこ	2.00			★バター	3.00	★牛乳	206.00
だしこんぶ	0.30	にんにく	0.50			★調理用牛乳	6.00		
けずり節	5.00	ごま油	0.60			★チョコチップ	3.00		
水	120.00	しょうゆ	0.80			ミニマドレーヌカップ	1.00		
		みりん	1.00						
【果物(みかん)】		白いりごま	1.00			【牛乳】			
みかん	50.00					★牛乳	206.00		
【牛乳】		【牛乳】							
★牛乳	206.00	★牛乳	206.00						

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月17日(火)		2月18日(水)		2月19日(木)		2月20日(金)		2月24日(火)	
献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名	
	g		g		g		g		g
【ごはん】		【国産小麦 コッペパン】		【ごはん】		【ごはん】		【牛丼】	
米	91.00	★パン70g	70.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00			水	0.00	水	0.00	水	0.00
【ヤンニョムチキン】		【手作りりんごジャム】		【鯖の塩焼き】		【マーボー豆腐】		牛こま肉	
鶏もも皮なし切身70g	70.00	りんご	25.00	甘塩鯖70g	72.10	豆腐(絹ごし)	90.00	しらたき	30.00
根しょうが	0.40	りんご	20.00	油	0.00	豚かた挽肉	30.00	たまねぎ	40.00
酒	1.50	レモン(果汁、生)	0.50			ながねぎ	30.00	根しょうが	1.00
★薄力粉	3.50	さとう	6.50	【青菜のからしあえ】		にんじん	27.00	さとう	3.50
でんぷん	3.50	水	3.00	もやし	25.00	にら	5.00	みりん	2.50
揚げ油	3.00	【クリームシチュー】		こまつな	20.00	根しょうが	1.50	しょうゆ	8.50
トマトケチャップ	4.50	鶏もも皮なしこま肉	30.00	にんにく	5.00	にんにく	0.30		
はちみつ	3.00	ベーコン短冊	15.00	かまぼこ	5.00	干しいたけ(スライス)	0.50	【野菜の彩り和え】	
トウバンジャン	0.15	じゃがいも	35.00	しょうゆ	2.00	サラダ油	1.00	こまつな	20.00
にんにく	0.50	にんじん	20.00	みりん	1.60	さとう	2.20	もやし	25.00
みりん	2.00	たまねぎ	40.00	さとう	0.10	しょうゆ	6.00	にんじん	10.00
しょうゆ	2.50	はくさい	40.00	塩	0.10	赤みそ	6.60	しめじ	5.00
さとう	1.50	マッシュルーム	10.00	からし(粉)	0.08	水	22.00	油揚げ	6.00
でんぷん	0.20	(冷)グリーンピース	5.00	白つきごま	1.00	でんぷん	2.20	かつおぶし粉	0.60
水	0.30	サラダ油	1.50			ごま油	0.50	水	2.70
【3色ナムル】		★薄力粉	5.25	【ほうとう汁】		トウバンジャン	0.25	塩	0.10
こまつな	20.00	★バター	2.80	★ほうとう	13.00			みりん	2.00
豆もやし	35.00	サラダ油	2.50	豚バラこま肉	10.00	【中華サラダ】		しょうゆ	2.50
にんじん	15.00	塩	1.40	かぼちゃ	16.00	はるさめ	2.00	さとう	0.50
さとう	0.22	こしょう	0.02	にんじん	8.00	にんじん	10.00		
塩	0.40	水	25.00	だいこん	16.00	キャベツ	35.00	【田舎汁】	
にんにく	0.15	★調理用牛乳	80.00	はくさい	12.00	もやし	25.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00
ごま油	1.00	★生クリーム	2.00	ながねぎ	8.00	くきわかめ	4.00	ごぼう	10.00
白いりごま	1.00			まいたけ	5.00	さとう	0.60	だいこん	10.00
【くずきりスープ】		【大根のフレンチサラダ】		油揚げ	4.80	しょうゆ	2.20	にんじん	10.00
豚ももこま肉	15.00	だいこん	30.00	赤みそ	4.80	酢	2.00	さといも	20.00
にんじん	15.00	きゅうり	25.00	みそ	4.80	ごま油	0.60	まいたけ	8.00
はくさい	25.00	にんじん	15.00	けずり節	2.00	白つきごま	1.00	こんにゃく色紙	10.00
ながねぎ	20.00	(冷)ホールコーン	5.00	煮干し	2.00	塩	0.30	生揚げ	15.00
くずきり	9.00	オリーブ油	3.00	水	125.00	こしょう	0.01	ながねぎ	10.00
生しいたけ	5.00	酢	2.40	【果物(せとか)】				サラダ油	0.60
塩	1.00	さとう	1.10	せとか	50.00	【きのこ卵のスープ】		みそ	5.00
しょうゆ	2.00	塩	0.06			鶏もも皮なしこま肉	10.00	赤みそ	6.00
【オレンジジュース】		【牛乳】		【牛乳】		にんじん	10.00	濃縮だし(かつお)	10.00
けずり節	4.00	★牛乳	206.00	たけのこ缶	16.00	しめじ	5.00	水	100.00
水	130.00	オレンジジュース	208.00	えのきたけ	4.00	生しいたけ	5.00	【果物(いちご)】	
【果物(いちご)】				たまねぎ	15.00	ごまつな	5.00	いちご	50.00
いちご	50.00			★卵	18.00	★卵	18.00	【牛乳】	
【牛乳】				塩	1.00	★牛乳	206.00	★牛乳	206.00
★牛乳	206.00			しょうゆ	1.40				
				こしょう	0.02				
				でんぷん	1.00				
				ごま油	0.40				
				けずり節	4.00				
				水	120.00				
				【果物(はるみ)】					
				はるみ	50.00				
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				

詳細献立表の記号について

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

[illegible]